Меню 4

Утверждаю:

Дата : 20.11.2026

Детский сад № 315 Центрального района Волгограда

Согласовано:

Детский сад № 315

Прием пищи, наименование блюда	Ясли					Сад					24 часа				
	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет и-ческая ценност ь, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углево ды, г			Белки, г	Жиры, г	Углево ды, г			Белки, г	Жиры, г	Углево ды, г	
Завтрак															
КАША ЖИДКАЯ (ПШЕННАЯ)	150					180					180				
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/7/3,5					180/10/7					180/10/7				
БАТОН	50					0					0				
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	5					0					0				
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	0					40/5/15					40/5/15				
Итого за прием пищи:	**365**	**10,6**	**5,6**	**60,7**	**335,7**	**437**	**13,2**	**11,3**	**63,1**	**413,6**	**437**	**12,7**	**13,2**	**11,3**	**413,6**
2 Завтрак															
СОК В АССОРТИМЕНТЕ(яблочный)	180					200					200				
Итого за прием пищи:	**180**	**0,9**	**0,2**	**17,7**	**75,1**	**200**	**1,0**	**0,2**	**19,6**	**83,4**	**200**	**1,0**	**0,2**	**19,6**	**83,4**
Обед															
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ(Томаты свежие)	30					50					50				
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСО - КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	150					0					0				
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	0					180					180				
ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина)	50/30					70/30					70/30				
КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (РИСОВАЯ)	120					150					150				
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150					200					200				
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	20					50					40				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40					40					20				
Итого за прием пищи:	**560**	**16,1**	**14,4**	**84,1**	**521,6**	**770**	**26,1**	**23,2**	**125,6**	**832,4**	**740**	**23,8**	**23,1**	**111,0**	**763,3**
Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)															
КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	50					70					70				
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130					130					130				
ЧАЙ С САХАРОМ	180/10					190/10					0				
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	0					0					180/10/7				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40					50					0				
БАТОН	0					0					45				
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ (ПЕЧЕНЬЕ)	0					0					50				
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	0					0					200				
Итого за прием пищи:	**410**	**12**	**12,2**	**56,4**	**367,6**	**450**	**18,1**	**15,8**	**64,9**	**480,1**	**692**	**21,7**	**21,7**	**128,7**	**804,4**
2 Ужин															
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)	0					0					180				
Итого за прием пищи:	**0**					**0**					**180**	**5,1**	**4,4**	**7,0**	**92,5**
Всего за день:		**40,3**	**33,1**	**236,6**	**1379,1**		**58,4**	**50,5**	**273,2**	**1 809,5**		**64,8**	**60,7**	**329,4**	**2 157,2**